

## VABIMO VAS NA BREZPLAČNO SPLETNO DELAVNICO »STRES POVZROČA STISKE, OKREPITE SVOJE MOČI!«



Kjer priznani strokovnjaki na razumljiv in praktičen način predstavljajo kako je stres povezan z duševnimi motnjami, kaj so motnje razpoloženja, kako se razvijejo, kako jih prepoznati, kam in h komu po pomoč v duševni stiski ter kaj lahko naredi človek sam?

V mesecu **oktobru** bodo delavnice potekale: v četrtek, **15.10.**, v četrtek, **22.10.** in v petek, **23.10.** od **9.30 do 15.00 ure.**

Da bodo delavnice v trenutnih okoliščinah nemoteno potekale, smo jih do nadaljnjega preselili na splet.

Udeležite se jih lahko, brez da bi morali zapustiti udobje domačega naslanjača.

Na delavnice se prijavite na spletni strani [www.omra.si](http://www.omra.si) ali po elektronski pošti: [info@omra.si](mailto:info@omra.si)

*V naši spletni delavnici so dobrodošli vsi, ki se soočajo s težavami v duševnem zdravju, njihovi bližnji, pa tudi strokovni delavci ter predstavniki organizacij, ki se pri svojem delu srečujejo z osebami s težavami v duševnem zdravju, in nenazadnje tudi vsi ostali, ki jih tematika zanima. Udeležencem bomo po zaključeni delavnici po pošti posredovali potrdilo o udeležbi in promocijsko gradivo OMRA.*

Partnerji programa:



Sofinancer programa:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE